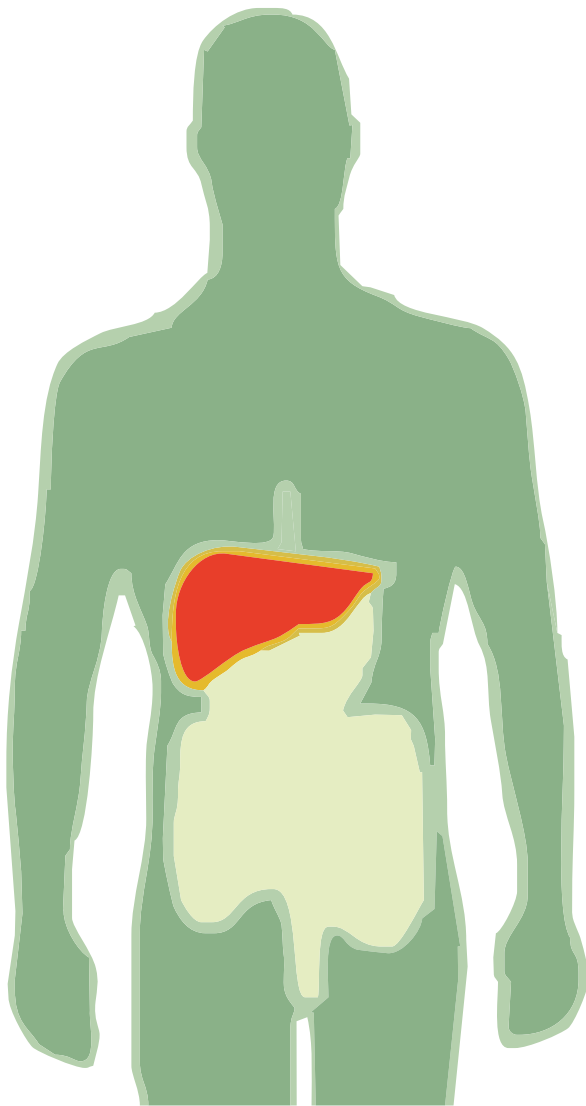


HEPATITIS

C



Što je hepatitis?

Hepatitis je **upala jetre**. Najčešće vrste hepatitisa, uključujući i hepatitis C, izazvani su virusima. Oštećenje jetre može nastati i od pretjeranog konzumiranja alkohola, autoimunih bolesti ili bolesti metabolizma. Do sada je poznato nekoliko tipova virusnog hepatitisa.



Hepatitis C (glavna tema ove brošure) izazvan je virusom (HCV) koji je otkriven tek 1989. Virus se prenosi putem krvi, kao i hepatitis B, a može se prenijeti i seksualnim kontaktom, ali takav način prijenosa je rijedak. Hepatitis C se često naziva "tihim ubojicom" jer mnogi koji imaju virus nemaju simptome i ne osjećaju da su bolesni. Virus ponekad može biti otkriven godinama nakon što je osoba zaražena. Trenutno **ne postoji cjepivo** koje bi štitilo od infekcije virusom hepatitisa C.

Ostali tipovi virusnih hepatitisa za koje se sigurno zna da uzrokuju bolest jetre:

Hepatitis A - prenosi se zaraženom hranom i vodom ("bolest prljavih ruku"). Postoji cjepivo koje vas može zaštititi od hepatitisa A.

Hepatitis B - je najzarazniji oblik virusnih hepatitisa. Prenosi se najčešće spolnim putem i kontaktom sa zaraženim tjelesnim tekućinama (slina, sperma, vaginalna izlučevina i krv). Postoji cjepivo koje vas može zaštititi od hepatitisa B.

Hepatitis D - kod ljudi se javlja samo ukoliko postoji i infekcija hepatitisom B. Prenosi se putem krvi i krvnih preparata. Osobe cijepljene protiv hepatitisa B zaštićene su i od hepatitisa D. U našim krajevima nije čest.

Hepatitis E - za razliku od hepatitisa C, ova bolest ima samo akutnu fazu (kratku i tešku) i ne prelazi u kroničnu fazu (koja dugo traje). Širi se kontaktom sa zaraženom vodom, hranom i fekalijama.

Hepatitis A i B mogu biti opasniji kod ljudi koji već imaju hepatitis C. Da bi se spriječila potencijalna opasnost, bilo bi dobro cijepiti se protiv hepatitisa A i B. **Raspitajte se kod vašeg liječnika.**

Podaci Svjetske zdravstvene organizacije govore kako je u svijetu hepatitisom C zaraženo 170.000.000, hepatitisom B 350.000.000, a HIV-om (usporedbe radi) 40.000.000 ljudi.

Hepatitis C

Hepatitis C je široko rasprostranjen virus i svjetski javno-zdravstveni problem.

Hepatitis C virus se javlja u šest različitih oblika koji se nazivaju genotipovi.

Genotip HCV-a može utjecati na težinu bolesti, a ima utjecaja i na način liječenja. Liječenje se razlikuje ovisno o genotipu kojim je osoba zaražena. Genotip se ustanovljuje testiranjem krvi (PCR test) prije započinjanja liječenja.



Genotip 1 zastupljen je uglavnom u Europi i sjevernoj Americi (oko 70% svih osoba koje imaju hepatitis C u našim krajevima zaraženo je genotipom 1). Teži je za liječenje i potrebno je 48 tjedana da bi se eliminirao virus.

Genotipovi 2 i 3 lakše se liječe i mnoge osobe sa ovim oblikom hepatitisa uspijevaju se izliječiti nakon samo 24 tjedna terapije (oko 30% svih osoba koje imaju hepatitis C u Europi i sjevernoj Americi zaraženo je genotipovima 2 i 3). Genotipovi 2 i 3 su također često zastupljeni na Dalekom istoku i u Australiji.

Genotip 4 se najčešće javlja na Bliskom istoku i u Africi i liječenje se provodi tijekom 48 tjedana kao i kod genotipa 1 (oko 90% svih osoba koje imaju hepatitis C na Bliskom istoku i u Africi zaraženo je genotipom 4).

Genotipovi 5 i 6 znatno su rjeđi, liječenje traje 48 tjedana kao i za genotipove 1 i 4.

Kod ovisničke populacije moguća je zaraza s više genotipova, upravo zbog načina konzumiranja ovisničkih sredstava.

Funkcije jetre i kako hepatitis C utječe na nju?

Jetra je, uz mozak i srce, jedan od najvećih i najvažnijih organa u organizmu. Nalazi se ispod desnog rebrenog luka, u trbuhu.

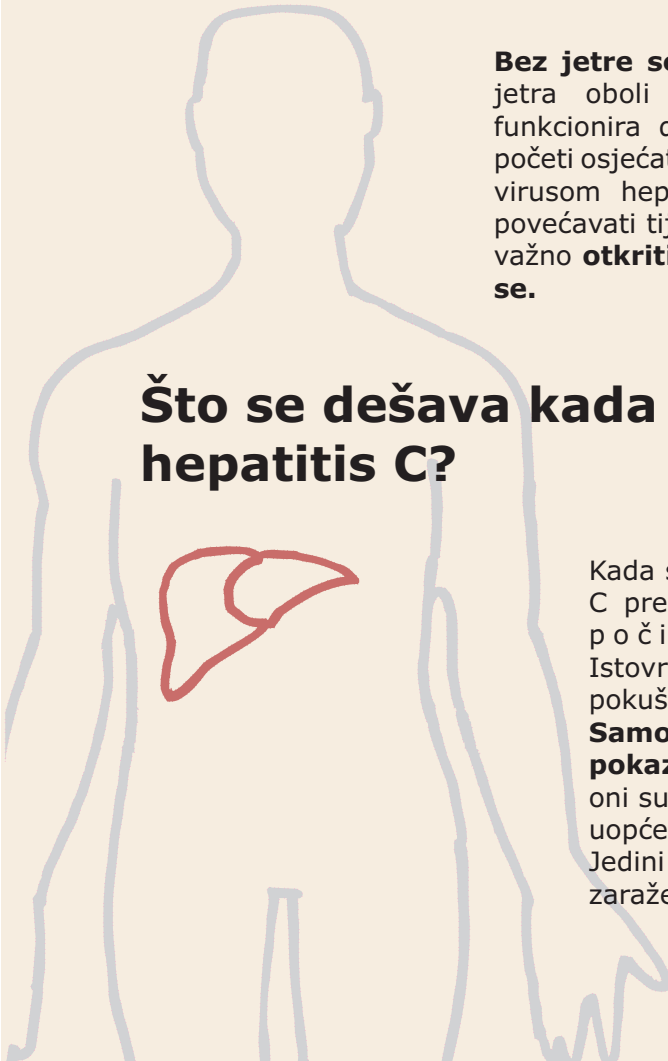
Jetra je odgovorna za:

- skladištenje vitamina, minerala, željeza i šećera za potrebe organizma i razlaganje hrane
- stvaranje neophodnih bjelančevina i faktora zgrušavanja krvi
- kontrolu hormona i razina kemijskih elemenata u krvi
- razlaganje štetnih tvari

Bez jetre se ne može živjeti. Ukoliko jetra oboli ili je oštećena, ona ne funkcionira dobro, a zbog toga možete početi osjećati tegobe. Oštećenja izazvana virusom hepatitisa C mogu se polako povećavati tijekom godina tako da je vrlo važno **otkriti virus na vrijeme i liječiti se.**

Što se dešava kada imate hepatitis C?

Kada ste zaraženi, virus hepatitisa C prelazi iz krvi u jetru gdje se počinje razmnožavati. Istovremeno, vaš organizam se pokušava boriti protiv infekcije. **Samo jedna trećina zaraženih pokazuje neke od simptoma** i oni su često blagi - tako da možda uopće i ne znate da ste zaraženi. Jedini način da saznate da li ste zaraženi je testiranje krvi.



Slijedeći prikaz daje pregled kako se bolest općenito razvija.

Akutni hepatitis C:

Većina ljudi nema nikakvih simptoma. Rijetki mogu razviti "žuticu" ili simptome slične gripi. Oko 15-20% ljudi se "riješe" virusa bez liječenja.

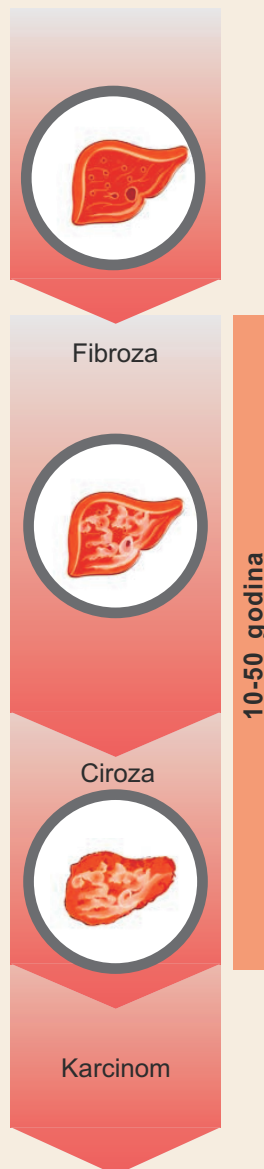
Kronični hepatitis C:

Kronični hepatitis C je dijagnosticiran ako je virus prisutan nakon 6 mjeseci. Mogući su simptomi (umor, svrbež itd.). Vrijednosti jetrenih enzima mogu biti povećane, što ukazuje na znakove upale jetre.

Upala može biti uzrok smrti stanica jetre i stvaranja ožiljaka na jetri - to stanje se zove **fibroza**. Ožiljci mogu biti u rasponu od blagih do teških - što su teži, jetra lošije funkcionira.

Kad jetra bude puna ožiljaka, to stanje se naziva **ciroza**. Fibroza i ciroza mogu biti usporene ili zaustavljene pomoću terapije, čak ako virus i ostane prisutan u tijelu. Fibroza, a ponekad i ciroza, mogu se smanjiti ako terapija sasvim uništi virus.

Kod bolesnika sa cirozom, postepeno može doći do zatajenja jetre ili razvoja raka jetre. Tada je potrebna transplatacija jetre.



Od svih bolesnika s kroničnim hepatitisom C, oko 30% razvije značajno oštećenje jetre ili cirozu i to u periodu od 10-30 godina nakon zaraze. Kod ostalih bolest može biti prisutna bez bitnog pogoršanja stanja jetre.

Dijagnostika

1. Testovi funkcije jetre (tzv. "jetrene probe", hepatogram)

Ako su 2 "glavna" enzima (ALT i AST) povišena, vjerovatno je u tijeku upalni proces u jetri. Povišene vrijednosti tih enzima ukazuju na oštećenje jetre. Na žalost, u nekih bolesnika s hepatitisom C razina tih bio-kemijskih parametara može biti normalna.

2. Anti HCV test (tzv. "markeri na HCV" - otkrivanje antitijela)

Antitijela su bjelančevine u krvi koje organizam stvara radi borbe protiv infekcije. Ako su antitijela nađena, to obično znači da imate ili ste imali hepatitis C. Ako je ovaj test pozitivan, treba učiniti i slijedeći test (PCR).

Tzv. "rapid" testovi iz kapilarne krvi nisu 100% pouzdani. U slučaju pozitivne reakcije, mora se potvrditi nalaz anti HCV testom (ELISA i RIBA metodom)!

3. PCR test (otkrivanje virusa)

PCR otkriva da li je virus prisutan u krvi. **Kvalitativni** PCR provjerava da li imate virus u krvi. **Kvantitativni** PCR mjeri količinu virusa u krvi (prije i za vrijeme terapije). Ako je HCV pronađen, to znači da ste oboljeli od hepatitisa C.

4. Genotipizacija

Određivanje genotipa virusa hepatitisa C pomaže u određivanju duljine liječenja, kao i procjeni mogućnosti uspješnog izlječenja.

5. Biopsija

Biopsija je dijagnostički zahvat kod kojeg se uzima mali uzorak tkiva jetre radi ispitivanja i procjene oštećenja jetre. Ova metoda predstavlja zlatni standard pri procjeni upalnog oštećenja i stadija bolesti, odnosno stupnja fibroze.

Akutni hepatitis C

Kratak period (najčešće oko 6 mjeseci) nakon početne infekcije naziva se akutna faza bolesti. Pacijenti sa akutnim hepatitisom C rijetko pokazuju znakove bolesti zbog čega se hepatitis C često naziva „tihom“ bolešću. To ne znači da se jetra ne oštećuje. Tijekom tog vremena, oko 15-30% oboljelih se uspijeva samo, bez liječenja, osloboditi virusa i jedini znak da su imali infekciju je prisutnost antitijela virusa hepatitisa C u krvi. **Ako imate antitijela u krvi to ne znači da ste bolesni**, nego da ste u jednom trenutku imali prisutan virus u krvi. PCR testiranje krvi pokazati će da li još uvijek imate virus. Ako je i tada prisutan, bolest je prešla u kronični oblik.

Kronični hepatitis C

Ukoliko je virus još uvijek prisutan u vašoj krvi (i jetri) šest mjeseci nakon infekcije, imate kronični hepatitis C. Sada je malo vjerojatno da ćete eliminirati virus bez terapije. U ovoj fazi može doći do početka značajnog oštećenja jetre. Mogu se pojaviti neki simptomi same bolesti.

Osobe sa kroničnim hepatitisom C mogu osjećati umor, imati probleme s koncentracijom, osjećati se bolesno, imati bolove u zglobovima ili mišićima. Nerijetko su prisutni simptomi depresije. **Većina ljudi nema simptome i ne osjeća se bolesno.** Simptomi se ne moraju pojaviti godinama. Usprkos tome, virus se nastavlja umnožavati u jetri. To može dovesti do upale jetre i povećanja vrijednosti različitih enzima jetre - transaminaza (AST i ALT) koji se mogu izmjeriti u krvi (tzv. "jetrene probe", hepatogram). Na kraju, oštećenje jetre (fibroza) može se značajno povećati i dovesti do stanja zvanog ciroza. Kod ciroze, fibrozno tkivo zamjenjuje normalno tkivo i tako ometa značajne funkcije jetre kao što su probava i detoksikacija. **Ciroza će se razviti kod oko 30% osoba inficiranih virusom hepatitisa C i to 10-30 godina nakon zaraze.** **Ciroza je ozbiljna bolest koja može dovesti do teških komplikacija tako da se mora na pravi način liječiti.** **Transplantacija jetre je jedino trajno rješenje za uznapredovalu cirozu.** **Ukoliko se ne liječi, ciroza može dovesti do ozbiljnih komplikacija i ponekad do raka jetre.**

Osobe sa hepatitisom C razlikuju se i po tome kako brzo se stanje njihove jetre pogoršava i to se ne može predvidjeti. Kod nekih osoba se tijekom 20 ili čak 30 godina javljaju tek male promjene, dok se kod drugih ciroza razvije poslije 10 ili manje godina. Treba naglasiti, da na brzinu razvoja bolesti jetre može utjecati genotip ili količina virusa u krvi, ali i drugi faktori koji mogu biti u svezi sa bržim razvojem:

- konzumiranje droga
- konzumacija alkohola
- koinfekcija sa virusom hepatitisa B (HBV) ili virusom humane imunodeficijencije (HIV)
- starija životna dob u vrijeme infekcije
- prekomjerna težina
- muški spol
- šećerna bolest
- pušenje

Načini prijenosa HCV-a

HCV se prvenstveno prenosi **direktnim kontaktom sa zaraženom krvlju**.



Izloženi ste riziku od zaraze ako ste:

- ikad intravenozno uzeli drogu, pa makar i prije mnogo godina,
- nazalno konzumirali (ušmrkavali) opojna sredstva
- primili transfuziju krvi ili transplantat organa, a naročito prije 1993. god.,
- bolesnik na hemodijalizi
- bili na endoskopskim zahvatima (operacije, česti stomatološki zahvati i sl.)
- djeca majki zaraženih HCV-om,
- bili na tetoviranju, piercingu, akupunkturi, a niste sigurni u higijenu uporabljenog pribora,
- ako ste imali seksualni odnos sa zaraženom osobom (rjeđi oblik načina prijenosa)
- **ako sumnjate da imate simptome bolesti jetre - testirajte se!**

**HEPATITIS C SE NE PRENOSI SOCIJALNIM KONTAKTOM!
(grljenjem, ljubljenjem, druženjem, rukovanjem i sl.)**

Sprječavanje širenja zaraze

Budući da za sada ne postoji cjepivo i da nema djelotvorne zaštite za one koji su bili izloženi virusu HCV, ključni način prevencije je edukacija nezaraženih o načinima zaštite i zaraženih o načinima sprječavanja širenja infekcije.

- ako ste ovisnik, ne dijelite s drugima igle i ostalu opremu (vodu, vaticu, žlice - **IZVOR ZARAZE JE I SAV PRIBOR ZA PRIPREMU**)
- ne dijelite pribor za ušmrkavanje droge
- obrišite prolivenu krv (koristite gumene rukavice i sredstva za dezinfekciju)
- ne dijelite svoj higijenski pribor (škarice, britvice, četkice za zube, i sl.)
- izbjegavajte visokorizične seksualne odnose koji uključuju krvarenje (koristite kondome)
- izbjegavajte dodir s krvlju drugih osoba bez zaštite (rukavice)
- zaštitite rane i oštećenja kože flasterom ili zavojem
- obavijestite liječnika, stomatologa, ginekologa, laboratorijske tehničare o vašoj bolesti

Liječenje

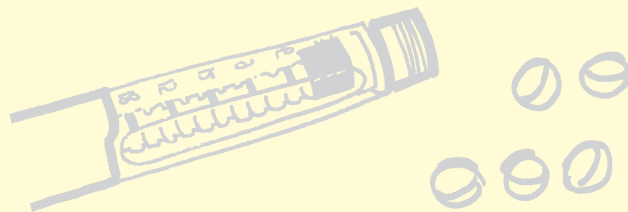
Danas je dostupno učinkovito liječenje u obliku kombinirane terapije interferonom i ribavirinom. Kod uspješnog liječenja virus više nije moguće ustanoviti u krvi PCR testovima.

Liječenje oboljelih od hepatitisa C genotipa 1 i 4 traje 48 tjedana, uspješnost liječenja iznosi oko 50%. Bolesnicima koji imaju HCV genotip 2 ili 3 liječenje traje 24 tjedna, a šanse za uspješno izliječenje iznose oko 80%. Liječenje isto tako ima za cilj sprječavanje razvoja po život opasnih komplikacija kao što su ciroza jetre i rak jetre.

Pegilirani interferon se daje u obliku injekcije 1 puta tjedno, a ribavirin u obliku tableta (kapsula) koje se uzimaju svaki dan.

Uspjeh liječenja utvrđuje se ponovnim krvnim testovima nakon završetka terapije. Uspješnost terapije je znatno manja u starijih bolesnika.

Terapija ima određenu razinu nuspojava pa čak i komplikacija, i zahtijeva pripremu svakog kandidata ponaosob na nuspojave i ostale teškoće koje su popratni dio interferonske terapije. **Raspitajte se kod liječnika!**



Zaštitite svoju jetru

Ako ste oboljeli, pridržavajte se slijedećih savjeta kako bi usporili daljnje oštećenje jetre:

- **izbjegavajte sva opojna sredstva**
- **izbjegavajte alkohol!**
- jedite više manjih obroka dnevno - ne prejedajte se!
- uravnotežite prehranu - nastojte da u svakom obroku budu zastupljene namirnice iz svih osnovnih skupina
- održavajte optimalnu tjelesnu težinu
- pijte dovoljno vode!
- redovite posjećujte liječnika radi kontrole
- **savjetujte se s liječnikom prije uzimanja lijekova, čak i onih koji se prodaju bez recepta te biljnih preparata i dodataka prehrani**
- cijepite se protiv hepatitisa A i B
- smanjite razinu stresa kako bi se osjećali bolje!
- izbjegavajte teške fizičke aktivnosti i dovoljno i kvalitetno se odmarajte

Stanje u Hrvatskoj

Svjetska zdravstvena organizacija procijenila je prevalenciju HCV-a u Republici Hrvatskoj na 1,71%.

Nije točno da su isključivo ovisnici oboljeli od hepatitisa C.

Danas je u RH registrirano oko 25.000 ovisnika, a oboljelih je oko 70.000 (dakle, na 1 oboljelog ovisnika dolaze 3,5 osobe zaražene na drugi način).

S obzirom na neprimjetni karakter zaraze, točan broj zaraženih odnosno oboljelih ostaje nepoznat. Svi nositelji HCV-a predstavljaju potencijalne prenositelje zaraze.

Kako bi se posljedice zaraze što više ublažile potrebno je na vrijeme poduzeti odgovarajuće mjere. Zbog nepoznavanja činjenica o bolesti (putevi zaraze i način prijenosa) postoji mogućnost širenja zaraze.

Hepatitis C je prepoznat kao značajan javnozdravstveni problem u svijetu i Hrvatska na žalost nije izuzetak. Kako se bolest neprimjetno širi i ugrožava zdravlje oboljelih i njihove okoline, smatra se da će bez adekvatne zaštite i edukacije doći do povećanja broja oboljelih u rizičnim skupinama.

Zaraza HCV-om odgovorna je danas za najveći broj ciroza i karcinoma jetre. Hepatitis C je vodeći razlog transplantacije jetre u Hrvatskoj!

Ova bolest je izrazito loše prihvaćena u društvu. Oboljeli su često primorani tajiti svoju bolest jer se priznanjem često suočavaju sa diskriminacijom na radnom mjestu i u široj zajednici. Primjer, zubar odbije liječiti zaražene osobe, dom umirovljenika odbija zahtjev za upis radi dijagnoze, zaraženi izgubi članstvo u sportskom klubu, osuda obitelji i okoline - "kako si se zarazio" i slično... sve do gubitka radnog mjesta.

Od ožujka 2007. svi oboljeli od kroničnog hepatitisa C imaju pravo na tzv. "zlatni standard", tj. liječenje kombinacijom pegiliranog interferona i ribavirina na teret HZZO-a, a liste čekanja su znatno smanjene od kada je lijek stavljen na Listu posebno skupih lijekova.

Jedino obrazovanjem šire javnosti i pozitivnim utjecanjem na svijest o prihvaćanju ove bolesti kao i jačim uključivanjem odgovornih institucija u državi može se postići napredak u kontroli štete koju hepatitis C donosi, boljitak kako za same oboljele tako i za društvo u cjelini.

ČESTO POSTAVLJANA PITANJA (odgovori - doc.dr. Adriana Vince)

1. Ako sam HCV pozitivan, jesam li zarazan za okolinu (suprug-a, dijete i sl.)

Zarazna je vaša krv, ako je u njoj dokazan virus odnosno HCV-RNK. Drugu osobu se može ugroziti ako zaražena krv prodre kroz ozljedu na koži ili sluznici, dakle u uobičajenom, socijalnom kontaktu niste zarazni, ali treba držati sve "oštre" predmete za vlastitu higijenu odvojene, da ih ostali ukućani ne dijele s vama (škarice, četkica za zube, britvica, češalj za kosu itd.).

Prijenos spolnim putem je rijedak (oko 5%) između stalnih partnera. U slučaju promiskuiteta i/ili drugih spolnih bolesti potrebno je koristiti zaštitu.

2. Da li je moguće da se virus učahuri u jetri?

U 80% zaraženih virus uzrokuje kroničnu infekciju jetre, dakle stalno ostaje u jetrenim stanicama, razmnožava se te uzrokuje upalnu reakciju različitog intenziteta. ("*učahureni*" virus ne znači da ste zdravi - op.a.)

3. *Da li je moguće izbaciti virus iz tijela pravilnom prehranom?*

Spontana eliminacija virusa je izuzetno rijetka. Pravilna prehrana se ipak preporučuje kako bi se jetra čuvala od dodatnih oštećenja.

4. *Da li je nalaz koji su nam radili u centru za prevenciju i ovisnosti, testom krvi iz prsta točan i što ako je taj nalaz pozitivan? Znači li to da ja imam hepatitis ili je to tek neki predznak da moram dalje na pretrage?*

Test krvi iz prsta je dosta osjetljiv, ali su mogući i lažni rezultati. U 5-10% slučajeva. Ako je test pozitivan, treba ga ponoviti u bolnici i svakako odrediti HCV-RNK, da se vidi da li imate aktivnu infekciju, ili imate samo protutijela na virus.

5. *Ako sam HCV pozitivan na prvom testu, znači li to da sam obolio od kroničnog hepatitisa?*

Ne znači. Potrebno je napraviti dodatne pretrage. Treba napraviti direktni dokaz virusa u krvi HCV-RNK (PCR metodom).

6. *Gdje virus živi?*

Virus živi uglavnom u jetrenim stanicama makar ga se pože pronaći u manjem broju u još nekim tkivima i leukocitima.

7. Koliko dugo je moj pribor za IV uzimanje opojnih droga zarazan za druge?

Sigurno 5 dana!!!!

8. *Da li se korištenjem uvijek vlastitog pribora mogu zaraziti (pribor perem uvijek pod toplom vodom, ali ne mogu nabaviti nove igle i šprice)? Čitao sam da je hepatitis bolest prljave krvi.*

Ne možete se zaraziti ako UVIJEK koristite KOMPLETNO vlastiti pribor. Ali na način koji ste opisali možete unijeti razne druge bakterijske infekcije.

9. *Da li supstitucijska terapija koju primam zbog svoje ovisnosti šteti mojoj jetri i koliko?*

Ne znam koju terapiju primate, pretpostavljam metadon. Svi se lijekovi manje ili više metaboliziraju kroz jetru i naravno da je bolje za jetru biti bez suvišnih lijekova i u što manjim dozama.

10. *Ima li smisla piti raznorazne antidepresive i slične tablete i liječiti se interferonom?*

Ima, ako će vam to pomoći da "izdržite" čitavu duljinu trajanja liječenja, što povećava vašu šansu za kompletnim izliječenjem. Ako psihijatar procjeni da vaš psihički status nije za terapiju, tada je treba prekinuti.

11. Da li je istina da ukoliko napravim recidiv dok sam na interferonu postoji mogućnost da puno lakše padnem u "over-dose"?

Da.

12. *Da li se šmrkanjem istim priborom za zaraženom osobom mogu zaraziti?*

Ako postoji oštećenje sluznice u nosu kod obje osobe, ako koriste istu cjevčicu - moguće je, ali šanse su manje nego preko preko IV pribora.

Tiskanje brošure financirali su:

ISTARSKA ŽUPANIJA
Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi
Ministarstvo obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti



Brošura je zajednički projekt:

Udruga Institut



Udruga INSTITUT / filmska radionica Lungo Mare

Laginjina 4, 52100 Pula
tel / fax: 052 222 502
gsm: 098 367 317
institut-lungomare@net.hr



ABC HEPATITIS

Udruga za prevenciju, pomoć i borbu protiv virusnog hepatitisa

Medveščak 32, 10000 Zagreb
tel / fax: 01 4680 254
gsm: 098 9293 568
info@abchepatitis.hr
www.abchepatitis.hr